

## 【論文】

## 市川市における高齢者の活動と心理的well-beingの関連

岡本秀明

Effects of activities on psychological well-being among  
the elderly in Ichikawa City

Hideaki Okamoto

## 【要旨】

千葉県市川市における高齢者の個別の活動と心理的well-beingを示す複数の指標との関連を検討することを目的とした。千葉県市川市の高齢者（65～84歳）600人を無作為に抽出し、2008年に郵送調査を行った。分析対象者数は、309人であった。心理的well-beingの指標は、生活満足度尺度K（LSIK）、高齢者向け生きがい感スケール（K-I式）、日頃の活動満足度尺度の3つを用いた。活動は、社会活動領域（7つの活動）、運動領域（1つの活動）、学習活動領域（3つの活動）、プロダクティブな活動領域（5つの活動）とした。分析は、二項ロジスティック回帰分析を行った。従属変数は、得点により「高群」と「低群」の2値変数に変換した心理的well-beingの3指標それぞれとした。独立変数は、「活動あり」と「活動なし」の2値変数とした活動をそれぞれ投入した。コントロール変数は、基本属性等をすべて投入した。分析の結果、社会活動領域では、近所づきあい、町内会・自治会、地域行事の3つの活動が心理的well-beingの3指標すべてと関連を示した。日頃の活動満足度はすべての活動と関連がみられ、特に友人・知人と食事をしている者は、日頃の活動満足度を大幅に上昇させていた。運動領域の運動は、生きがい感と日頃の活動満足度と関連を示した。学習活動領域では、すべての活動が日頃の活動満足度のみと関連を示した。プロダクティブな活動領域では、ボランティアが生きがい感と日頃の活動満足度の2つの指標と関連を示した。生活満足度と関連が示された活動はなかった。仕事、同居家族の世話という生活を営むうえで義務的な性格の強い活動は、日頃の活動満足度との関連を示さなかった。

キーワード：高齢者、活動、生活満足度、生きがい感、日頃の活動満足度

## I はじめに

生きがいをもって充実した高齢期を過ごせることは、高齢者や社会にとって望ましいかたちである。Rowe and Kahnが示したサクセスフル・エイジング（successful aging: 幸福な老い）の枠組みによると、構成要素の1つとして、社会活動やプロダクティブな活動（productive activities）に関与する生活があげられている<sup>1)</sup>。活動は、高齢者のサクセスフル・エイジングに影響を与える大きな要素の1つといえる。

活動と生活満足度などの心理的well-beingとの関連は、数多くの研究において検討されてきた。生活満足度などの尺度によって測定される概念を主観的幸福感（subjective well-being）と総称してレビューした研究によると、社会活動と主観的幸福感のあいだには、概して正の相関があることが報告されている<sup>2)</sup>。多変量解析を行った研究はいくつもみられ、例えば、運動、スポーツあるいはゲーム、インフォーマルな社会活動、旅行・友人宅訪問・運動などを集約した個人活動（女性のみ統計学的に有意な関連あり。以下、同じ）、友人・近隣・別居親族への支援提供といった活動が、生活満足度などの心理的well-beingを高めると報告している<sup>3~7)</sup>。ボランティアへの関与はwell-beingを高めるという報告があり<sup>8)</sup>、そのような関連は男性のみにみられたとの報告もみられる<sup>3)</sup>。

近年では、高齢者のプロダクティブ（生産的）な部分に着目し、活動をプロダクティブな活動（家庭内外の無償労働、有償労働）という範囲でとらえて心理的なwell-beingとの関連を検討した研究も増加している。プロダクティブな活動の時間数、宗教的ではない組織等での無償労働（男性）、家庭外でのインフォーマルな無償労働（女性）が心理的well-beingを高めるとの報告がある<sup>9,10)</sup>。

生きがい感と活動の関連に関して、社会参加（定期的な活動をする機会や老人会・クラブへの参加などの5項目）の得点が高い者、社会的活動（ボランティア、老人会、町内会など）、運動・散歩をしている者は生きがい感が高いとの報告がみられる<sup>11,12)</sup>。生きがいの有無の関連要因を検討した研究では、運動やスポーツ、就労（男性）している者が生きがいをもつ傾向にあったとしている<sup>13)</sup>。

分析に用いられる活動の変数は、研究によりさまざまである。複数の活動項目を集約して1つの活動の変数を作成し、分析に使用している研究が比較的多い。個別の活動と複数の心理的well-being指標との関連を、比較的多くの活動について、多変量解析により検討した研究はそれほど多くはない。

心理的well-being指標に関して、これまで国内外の研究でよく用いられてきた生活満足度などの尺度は、生活全体や人生についての質問項目が多く、活動の主観的な効果に焦点をあてたものではないため、活動による主観的な効果をとらえにくいとの指摘がある<sup>4)</sup>。そのようななか、活動の主観的な効果を敏感に把握することを目的に、日頃の活動満足度尺度が開発されている<sup>14)</sup>。しかしながら、この尺度を用いて活動との関連を検討した研究はまだみられない。

以上のような背景から、本研究では、高齢者の個別の活動と心理的well-beingを示す複数の指標との関連を検討することを目的とした。その際、活動の種類は、社会活動領域、運動領域、プロダクティブな活動領域の活動をそれぞれ設定した。心理的well-beingは、生活満足度、生きがい感、日頃の活動満足度を示す3つの指標を用意した。

## II 研究方法

### 1. 調査の対象と方法

千葉県市川市の住民基本台帳から無作為抽出した高齢者（65～84歳）600人を対象に、自記式調査票を用いた郵送調査を行った。調査期間は、2008年4月15日から5月17日までであった。調査の結果、有効回答数は329人（54.8%）であった。分析対象者数は、この329人のうち、代理回答ではないこと、年

齢と性別に回答したことを条件としたため、309人となった。

本研究の倫理的な配慮に関して、調査の際に、回答されたデータは統計的に処理し個人の特定を行わないことを明記し、調査協力が得られる場合は調査票を無記名で返送するよう依頼した。

## 2. 分析に使用した変数

### 1) 心理的well-being

心理的well-beingの指標として、生活満足度、生きがい感、日頃の活動満足度の3指標を用いた。いずれの指標も、得点が高い方が心理的well-beingが高いことを示す。

生活満足度の測定は、LSIK（Life Satisfaction Index K; 生活満足度尺度K）<sup>15,16)</sup>を使用した。LSIKは、高齢者の主観的幸福感（subjective well-being）を測定するため、既存の3つの尺度の分析に基づいて開発されたもので、「人生全体についての満足感」「心理的安定」「老いについての評価」の3因子、9項目の尺度である。得点の範囲は0～9点である。

生きがい感の測定は、高齢者向け生きがい感スケール（K-I式）<sup>17)</sup>を使用した。このスケールは、「自己実現と意欲」「生活充実感」「生きる意欲」「存在感」の4因子、16項目の尺度で、得点の範囲は0～32点である。

表1 心理的well-beingの測定に使用した3尺度の質問文

|   |   |
|---|---|
| [生活満足度（LSIK）] <sup>a)</sup>                 |   |
| (1)   | あなたは去年と同じように元気だと思いますか？                  |
| (2)   | 全体として、あなたの今の生活に、不幸せなことがどれくらいあると思いますか？   |
| (3)   | 最近になって小さなことを気にするようになったと思いますか？           |
| (4)   | あなたの人生は、他の人にくらべて恵まれていたと思いますか？           |
| (5)   | あなたは、年をとって前よりも役に立たなくなったと思いますか？          |
| (6)   | あなたの人生をふりかえてみて、満足できますか？                 |
| (7)   | 生きることは大変きびしいと思いますか？                     |
| (8)   | 物事をいつも深刻に考えるほうですか？                      |
| (9)   | これまでの人生で、あなたは、求めていたことのほとんどを実現できたと思いますか？ |
| [生きがい感（高齢者向け生きがい感スケール（K-I式））] <sup>b)</sup> |   |
| (1)   | 家庭の内または外で役割がありますか？                      |
| (2)   | 毎日を何となく惰性（だせい）で過ごしていますか？                |
| (3)   | 心のよりどころ、励みとするものがありますか？                  |
| (4)   | 何もかもむなしと思うことがありますか？                     |
| (5)   | まだやりたいことがありますか？                         |
| (6)   | 自分が向上したと思えることがありますか？                    |
| (7)   | 自分がいなければだめだと思うことがありますか？                 |
| (8)   | 今の生活に張り合いを感じていますか？                      |
| (9)   | 何のために生きているのかわからないと思うことがありますか？           |
| (10)  | 世の中や家族のためになることをしていると思いますか？              |
| (11)  | 世の中がどうなっていくのか、もっと見ていきたいと思いますか？          |
| (12)  | 今日は何をして過ごそうかと困ることがありますか？                |
| (13)  | まだ死ぬ訳にはいかないと思っていますか？                    |
| (14)  | 他人から認められ評価されたと思えることがありますか？              |
| (15)  | 何かなしとげたと思えることがありますか？                    |
| (16)  | 家族や他人から期待され頼りにされていると思いますか？              |
| [日頃の活動満足度] <sup>c)</sup>                    |   |
| (1)   | 楽しいと思えるような何らかの活動をしている。                  |
| (2)   | やりがいを感じられるような何らかの活動をしている。               |
| (3)   | 自由になる時間を有意義に過ごせている。                     |
| (4)   | 自分にとって興味・関心がもてるような何らかの活動をしている。          |

<sup>a)</sup> 古谷ほか（1990）。得点の範囲は0～9点。回答選択肢の数は質問項目により2つまたは3つ。

<sup>b)</sup> 近藤ほか（2003）。質問文の原文は疑問文ではないが本研究ではすべて疑問文にした。それにともない表現を適切に修正した項目がある。得点の範囲は0～32点。回答選択肢は3つで、配点は「はい」＝2点、「どちらともいえない」＝1点、「いいえ」＝0点であるが、(2) (4) (9) (12) は逆転項目。

<sup>c)</sup> 岡本（2009）。得点の範囲は4～20点。回答選択肢は5つで、配点は「とてもよくあてはまる」＝5点～「まったくあてはまらない」＝1点。

日頃の活動満足度の測定は、日頃の活動満足度尺度<sup>14)</sup>を使用した。この尺度は、高齢者が自由になる時間に行う社会活動などの活動の主観的な効果を測定するもので、1因子、4項目の尺度である。得点の範囲は4～20点である。

本研究で使用了これらの心理的well-beingの3指標の質問文は、表1に示した。高齢者向け生きがい感スケール(K-I式)の質問文の原文は、疑問文ではない。しかし、調査票において生きがい感をたずねる質問項目の前に位置する質問項目がすべて疑問文となっており、生きがい感も疑問文でたずねたほうが回答者にとってわかりやすいと思われたため、本研究では疑問文に修正した。それにともない、原文の質問文の一部にある「私には」や「私は」という語句は疑問文にした場合に不自然になるために削除するなど、原文の意味が変わらないように配慮して必要な場合に限り表現を修正した。

以上に示した心理的well-beingの3指標の得点は、すべて高群=1、低群=0の2値変数に変換して分析に使用した。その理由に関して、生きがい感の得点分布を確認したところ、満点の32点に該当する者の割合が12.7%と最も高く、31点が7.2%、30点が9.2%、29点が8.6%となっており、29点以上の者が37.7%を占めていた。分布が高得点に大きく偏っており、正規分布から大きくはずれていることにより連続変数として扱って分析に用いるのは望ましくないため、高群と低群に二等分して2値変数に変換した。二等分した結果、高群が27～32点、低群が0～26点となった。他の2指標に関して、連続変数として分析する方法もあるが、本研究では生きがい感と同じ分析方法を用いた結果を示すため、同様に二等分して2値変数に変換する方法をとった。二等分した結果、生活満足度は高群が6～9点、低群が0～5点、日頃の活動満足度は高群が14～20点、低群が4～13点となった。

## 2) 活動

活動は、4つの活動領域を設定し、計16の活動の状況を調査した。各領域を構成する活動は、社会活動指標<sup>18)</sup>をはじめとする先行研究<sup>19～21)</sup>を参考にして以下に示す項目とした。第1に、社会活動の領域は、近所づきあい、友人・知人と食事(地区のふれあい会食会なども含む)、自宅外で行う個人的な娯楽・遊び(以下、自宅外の娯楽・遊び、とする)、町内会・自治会、地域行事(お祭りや盆踊りなど)、高齢者クラブ(老人クラブ)、趣味の会などの仲間うちの活動(以下、仲間内の活動、とする)の7つの活動とした。第2に、運動の領域は、運動(スポーツ)の1つとした。第3に、学習活動の領域は、高齢者大学(生涯大学校)・高齢者向け教室(以下、高齢者向け大学・教室、とする)、カルチャーセンター、市民講座・各種研修会・講演会(以下、市民講座・研修会等、とする)の3つの活動とした。第4に、プロダクティブな活動(productive activities)の領域は、仕事、ボランティア、同居家族の世話(看病、介護、孫の世話)、別居親族の支援(家事、手伝い、看病、介護、孫や乳幼児の世話)、友人・近隣への支援(家事、手伝い、看病、介護、乳幼児の世話)の5つの活動とした。

各活動の状況は、回答のしやすさも考慮し、「まったくしていない」「年に1～2回程度」「半年に2～3回程度」「月に1～2回程度」「週に1～2回程度」「週に3回以上」の6つの回答選択肢で把握した。各活動と心理的well-beingの関連を検討する分析の際には、各活動は、「まったくしていない」を活動なし=0、「年に1～2回程度」～「週に3回以上」を活動あり=1とするダミー変数とした。

## 3) コントロール変数

コントロール変数は、年齢、性別、家族形態、IADL(instrumental activities of daily living; 手段的日常生活動作)、経済的な暮らし向きとした。性別は、女性を0、男性を1とするダミー変数とした。家族



形態は、三世帯世帯などのその他世帯を基準とする2つのダミー変数（家族形態1：その他世帯＝0、独居＝1、夫婦のみ＝0；家族形態2：その他世帯＝0、独居＝0、夫婦のみ＝1）を用いた。IADLは、日用品の買物、預貯金の出し入れ、バスや電車を利用した外出の3項目すべてひとりでできる者を自立として1、できない項目が1つ以上ある者を0とするダミー変数とした。経済的な暮らし向きは5つの回答選択肢でたずね、大変ゆとりあり＝5～大変苦しい＝1として数値化した。

### 3. 分析方法

分析は、心理的well-beingの3指標それぞれを従属変数とする二項ロジスティック回帰分析を行った。第1に、基本属性等と心理的well-beingの関連をみるために、コントロール変数のみを強制投入した。第2に、活動と心理的well-beingの関連をみるために、コントロール変数に加えて活動それぞれを1つずつ投入して分析した。

## Ⅲ 研究結果

### 1. 分析対象者の特性および活動の状況

分析対象者の特性は、表2に示したとおりである。

心理的well-beingの3指標の平均値（±標準偏差）は、生活満足度が5.0（±2.3）、生きがい感が25.0（±6.3）、日頃の活動満足度が12.9（±4.0）であった。

各活動の状況について、社会活動領域のなかで、していないという回答の割合が最も高かった活動は、高齢者クラブ（84.1%）、最も低かった活動は、友人・知人と食事（12.7%）であった。近所づきあいは、週に1～2回程度が23.0%、週に3回以上が17.9%と、高い頻度で行っている者の割合が最も高い活動となっていた。運動領域の運動は、していない者の割合が39.3%と比較的高かったが、週に3回以上と活発にしている者の割合も22.0%と高くなっていた。学習活動の領域は、3項目とも、していないという回答が6割以上となっていた。プロダクティブな活動の領域は、すべての活動においてしていないという回答が6割以上となっていた。そのなかで、仕事と同居家族の世話については、週に3回以上との回答割合も22%程度と比較的高くなっていた（表3）。

### 2. 基本属性等と心理的well-beingの関連

基本属性等と心理的well-beingの関連を検討した結果は、表4に示した。生活満足度と有意な関連がみられた変数は、年齢、家族形態1と2、IADL、経済的な暮らし向きであった。具体的には、年齢が若い、その他世帯よりも独居世帯や夫婦のみ世帯、IADLが自立、経済的な暮らし向きが良好であることが生活満足度を高める傾向を示した。生きがい感と有意

表2 分析対象者の特性（N=309）

|            | 平均値±SD<br>または人（%） |
|------------|-------------------|
| 年齢         | 72.5±5.5          |
| 性別         |                   |
| 男性         | 120（38.8）         |
| 女性         | 189（61.2）         |
| 家族形態       |                   |
| 独居         | 54（17.8）          |
| 夫婦のみ       | 123（40.6）         |
| その他        | 126（41.6）         |
| IADL       |                   |
| 自立         | 282（92.2）         |
| 非自立        | 24（7.8）           |
| 経済的な暮らし向き  |                   |
| 大変ゆとりあり    | 17（5.6）           |
| ややゆとりあり    | 65（21.2）          |
| ふつう        | 163（53.3）         |
| やや苦しい      | 46（15.0）          |
| 大変苦しい      | 15（4.9）           |
| 生活満足度      |                   |
| 平均値±SD     | 5.0±2.3           |
| 高群（6～9点）   | 131（44.0）         |
| 低群（0～5点）   | 167（56.0）         |
| 生きがい感      |                   |
| 平均値±SD     | 25.0±6.3          |
| 高群（27～32点） | 151（51.7）         |
| 低群（0～26点）  | 141（48.3）         |
| 日頃の活動満足度   |                   |
| 平均値±SD     | 12.9±4.0          |
| 高群（14～20点） | 144（48.2）         |
| 低群（4～13点）  | 155（51.8）         |

注1：各項目で欠損値がある場合は除外しているためN=309とならない場合がある。

表3 各活動の状況

|              | 人 (%)      |              |               |              |              |            |             |
|--------------|------------|--------------|---------------|--------------|--------------|------------|-------------|
|              | していない      | 年に1～2回<br>程度 | 半年に2～3<br>回程度 | 月に1～2回<br>程度 | 週に1～2回<br>程度 | 週に3回<br>以上 | 合計          |
| [社会活動]       |            |              |               |              |              |            |             |
| 近所づきあい       | 49 (16.6)  | 31 (10.5)    | 23 (7.8)      | 72 (24.3)    | 68 (23.0)    | 53 (17.9)  | 296 (100.0) |
| 友人・知人と食事     | 39 (12.7)  | 44 (14.4)    | 74 (24.2)     | 102 (33.3)   | 34 (11.1)    | 13 (4.2)   | 306 (100.0) |
| 自宅外の娯楽・遊び    | 88 (28.9)  | 24 (7.9)     | 36 (11.8)     | 84 (27.5)    | 44 (14.4)    | 29 (9.5)   | 305 (100.0) |
| 町内会・自治会      | 175 (57.2) | 71 (23.2)    | 15 (4.9)      | 33 (10.8)    | 8 (2.6)      | 4 (1.3)    | 306 (100.0) |
| 地域行事         | 188 (61.2) | 95 (30.9)    | 18 (5.9)      | 5 (1.6)      | 1 (0.3)      | 0 (0.0)    | 307 (100.0) |
| 高齢者クラブ       | 259 (84.1) | 5 (1.6)      | 3 (1.0)       | 23 (7.5)     | 13 (4.2)     | 5 (1.6)    | 308 (100.0) |
| 仲間内の活動       | 147 (48.0) | 22 (7.2)     | 13 (4.2)      | 71 (23.2)    | 40 (13.1)    | 13 (4.2)   | 306 (100.0) |
| [運動]         |            |              |               |              |              |            |             |
| 運動           | 120 (39.3) | 14 (4.6)     | 4 (1.3)       | 37 (12.1)    | 63 (20.7)    | 67 (22.0)  | 305 (100.0) |
| [学習活動]       |            |              |               |              |              |            |             |
| 高齢者向け大学・教室   | 272 (89.5) | 14 (4.6)     | 2 (0.7)       | 11 (3.6)     | 5 (1.6)      | 0 (0.0)    | 304 (100.0) |
| カルチャーセンター    | 249 (81.9) | 12 (3.9)     | 1 (0.3)       | 28 (9.2)     | 13 (4.3)     | 1 (0.3)    | 304 (100.0) |
| 市民講座・研修会等    | 192 (62.7) | 74 (24.2)    | 23 (7.5)      | 17 (5.6)     | 0 (0.0)      | 0 (0.0)    | 306 (100.0) |
| [プロダクティブな活動] |            |              |               |              |              |            |             |
| 仕事           | 196 (65.1) | 6 (2.0)      | 3 (1.0)       | 10 (3.3)     | 18 (6.0)     | 68 (22.6)  | 301 (100.0) |
| ボランティア       | 239 (77.9) | 26 (8.5)     | 7 (2.3)       | 21 (6.8)     | 9 (2.9)      | 5 (1.6)    | 307 (100.0) |
| 同居家族の世話      | 186 (62.2) | 9 (3.0)      | 6 (2.0)       | 13 (4.3)     | 19 (6.4)     | 66 (22.1)  | 299 (100.0) |
| 別居親族への支援     | 190 (62.9) | 18 (6.0)     | 15 (5.0)      | 40 (13.2)    | 23 (7.6)     | 16 (5.3)   | 302 (100.0) |
| 友人・近隣への支援    | 260 (85.5) | 19 (6.3)     | 5 (1.6)       | 8 (2.6)      | 6 (2.0)      | 6 (2.0)    | 304 (100.0) |

な関連がみられた要因は、年齢、IADL、経済的な暮らし向きであった。具体的には、年齢が若い、IADLが自立、経済的な暮らし向きが良好であることが生きがい感を高める傾向を示した。日頃の活動満足度と有意な関連がみられた要因は、年齢、IADL、経済的な暮らし向きであった。具体的には、年齢が若い、IADLが自立、経済的な暮らし向きが良好であることが日頃の活動満足度を高める傾向を示した。

表4 基本属性等と心理的well-beingの関連

|                   | 心理的well-being         |                       |                      |
|-------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------|
|                   | 生活満足度                 | 生きがい感                 | 日頃の活動満足度             |
|                   | オッズ比 (95%CI)          | オッズ比 (95%CI)          | オッズ比 (95%CI)         |
| 年齢                | 0.94 (0.89–1.00) *    | 0.93 (0.88–0.99) *    | 0.94 (0.90–0.99) *   |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.73 (0.40–1.32)      | 0.90 (0.50–1.65)      | 1.14 (0.67–1.97)     |
| 家族形態1 (1 = 独居)    | 2.62 (1.19–5.78) *    | 0.52 (0.24–1.11)      | 2.01 (0.99–4.08)     |
| 家族形態2 (1 = 夫婦のみ)  | 2.03 (1.09–3.78) *    | 1.47 (0.79–2.74)      | 1.49 (0.85–2.64)     |
| IADL (1 = 自立)     | 10.65 (2.16–52.50) ** | 14.39 (2.98–69.57) ** | 3.16 (1.08–9.26) *   |
| 経済的な暮らし向き         | 3.35 (2.27–4.94) ***  | 2.83 (1.96–4.09) ***  | 2.04 (1.50–2.79) *** |
| モデル $\chi^2$ (df) | 77.77 (6) ***         | 70.54 (6) ***         | 36.74 (6) ***        |

注1：家族形態は三世帯などの「その他世帯」を基準 (= 0) とした2つのダミー変数。

\*\*\* p<.001, \*\* p<.01, \* p<.05

CI：信頼区間

### 3. 活動と心理的well-beingの関連

#### 1) 社会活動領域および運動領域の活動と心理的well-beingの関連

社会活動領域の活動と心理的well-beingの関連を検討した結果は、表5に示した。生活満足度と有意な関連がみられた活動は、近所づきあい、友人・知人と食事、町内会・自治会、地域行事、仲間内の活動の5つの活動であり、活動ありの者は生活満足度を高める傾向を示した。生きがい感と有意な関連がみられた活動は、近所づきあい、町内会・自治会、地域行事の3つの活動であり、活動ありの者は生きがい感を高める傾向を示した。日頃の活動満足度と有意な関連がみられた活動は、社会活動領域を構成する7つの活動すべてであり、活動ありの者は日頃の活動満足度を高める傾向を示した。

運動と心理的well-beingの関連を検討した結果、生活満足度と運動とのあいだに有意な関連はなかった。

表5 社会活動領域および運動領域の活動と心理的well-beingの関連

|                   | 心理的well-being         |                       |                        |
|-------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|
|                   | 生活満足度                 | 生きがい感                 | 日頃の活動満足度               |
|                   | オッズ比 (95%CI)          | オッズ比 (95%CI)          | オッズ比 (95%CI)           |
| 近所づきあい            | 2.23 (1.05-4.75) *    | 2.47 (1.19-5.10) *    | 2.44 (1.23-4.86) *     |
| 年齢                | 0.95 (0.90-1.00)      | 0.93 (0.88-0.99) *    | 0.94 (0.90-0.99) *     |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.75 (0.40-1.39)      | 1.02 (0.55-1.91)      | 1.17 (0.66-2.07)       |
| 家族形態 1 (1 = 独居)   | 2.59 (1.16-5.81) *    | 0.49 (0.22-1.06)      | 2.10 (1.02-4.35) *     |
| 家族形態 2 (1 = 夫婦のみ) | 2.00 (1.05-3.81) *    | 1.33 (0.70-2.52)      | 1.55 (0.86-2.80)       |
| IADL (1 = 自立)     | 10.73 (2.15-53.45) ** | 14.16 (2.92-68.76) ** | 4.40 (1.38-14.02) *    |
| 経済的な暮らし向き         | 3.32 (2.22-4.95) ***  | 2.86 (1.94-4.20) ***  | 1.94 (1.41-2.68) ***   |
| モデル $\chi^2$ (df) | 77.44 (7) ***         | 70.49 (7) ***         | 41.96 (7) ***          |
| 友人・知人と食事          | 3.03 (1.03-8.97) *    | 2.61 (0.98-6.95)      | 16.65 (3.71-74.67) *** |
| 年齢                | 0.94 (0.89-1.00) *    | 0.93 (0.88-0.99) *    | 0.93 (0.89-0.99) *     |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.78 (0.42-1.43)      | 0.96 (0.52-1.77)      | 1.33 (0.75-2.36)       |
| 家族形態 1 (1 = 独居)   | 2.71 (1.22-6.04) *    | 0.49 (0.23-1.06)      | 2.12 (1.01-4.45) *     |
| 家族形態 2 (1 = 夫婦のみ) | 2.05 (1.09-3.85) *    | 1.38 (0.74-2.60)      | 1.43 (0.79-2.59)       |
| IADL (1 = 自立)     | 6.97 (1.33-36.55) *   | 9.63 (1.89-49.16) **  | 1.38 (0.42-4.59)       |
| 経済的な暮らし向き         | 3.19 (2.16-4.73) ***  | 2.69 (1.85-3.91) ***  | 1.88 (1.35-2.61) ***   |
| モデル $\chi^2$ (df) | 81.93 (7) ***         | 74.21 (7) ***         | 60.95 (7) ***          |
| 自宅外の娯楽・遊び         | 1.35 (0.70-2.63)      | 1.26 (0.65-2.41)      | 3.60 (1.91-6.79) ***   |
| 年齢                | 0.95 (0.89-1.00)      | 0.94 (0.89-1.00) *    | 0.96 (0.91-1.02)       |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.73 (0.40-1.34)      | 0.92 (0.51-1.69)      | 1.17 (0.67-2.07)       |
| 家族形態 1 (1 = 独居)   | 2.50 (1.20-5.57) *    | 0.52 (0.24-1.12)      | 1.87 (0.89-3.92)       |
| 家族形態 2 (1 = 夫婦のみ) | 1.84 (0.98-3.47)      | 1.49 (0.80-2.80)      | 1.28 (0.71-2.32)       |
| IADL (1 = 自立)     | 9.75 (1.94-49.02) **  | 13.67 (2.77-67.36) ** | 2.42 (1.78-7.49)       |
| 経済的な暮らし向き         | 3.34 (2.25-4.98) ***  | 2.75 (1.90-3.98) ***  | 1.93 (1.40-2.67) ***   |
| モデル $\chi^2$ (df) | 78.69 (7) ***         | 69.87 (7) ***         | 53.60 (7) ***          |
| 町内会・自治会           | 2.01 (1.15-3.54) *    | 2.21 (1.26-3.86) **   | 3.31 (1.94-5.63) ***   |
| 年齢                | 0.95 (0.90-1.00)      | 0.94 (0.89-0.99) *    | 0.94 (0.90-0.99) *     |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.86 (0.46-1.59)      | 1.00 (0.54-1.86)      | 1.43 (0.80-2.55)       |
| 家族形態 1 (1 = 独居)   | 2.69 (1.19-6.05) *    | 0.50 (0.23-1.09)      | 2.12 (1.00-4.47) *     |
| 家族形態 2 (1 = 夫婦のみ) | 1.81 (0.96-3.42)      | 1.35 (0.72-2.55)      | 1.28 (0.70-2.32)       |
| IADL (1 = 自立)     | 9.17 (1.88-44.76) **  | 11.49 (2.38-55.40) ** | 2.45 (0.81-7.37)       |
| 経済的な暮らし向き         | 3.57 (2.39-5.33) ***  | 2.92 (2.01-4.24) ***  | 2.23 (1.60-3.10) ***   |
| モデル $\chi^2$ (df) | 84.72 (7) ***         | 78.38 (7) ***         | 58.66 (7) ***          |
| 地域行事              | 1.77 (1.00-3.12) *    | 1.91 (1.09-3.34) *    | 3.72 (2.16-6.40) ***   |
| 年齢                | 0.95 (0.90-1.00) *    | 0.94 (0.89-0.99) *    | 0.95 (0.90-1.00) *     |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.77 (0.42-1.42)      | 0.93 (0.51-1.70)      | 1.25 (0.71-2.22)       |
| 家族形態 1 (1 = 独居)   | 2.74 (1.22-6.11) *    | 0.53 (0.25-1.15)      | 2.32 (1.10-4.88) *     |
| 家族形態 2 (1 = 夫婦のみ) | 1.89 (1.01-3.56) *    | 1.45 (0.78-2.71)      | 1.39 (0.76-2.53)       |
| IADL (1 = 自立)     | 9.56 (1.96-46.65) **  | 12.40 (2.59-59.37) ** | 2.78 (0.94-8.27)       |
| 経済的な暮らし向き         | 3.45 (2.33-5.12) ***  | 2.84 (1.96-4.11) ***  | 2.18 (1.57-3.03) ***   |
| モデル $\chi^2$ (df) | 81.50 (7) ***         | 74.27 (7) ***         | 61.69 (7) ***          |
| 高齢者クラブ            | 1.44 (0.67-3.11)      | 0.96 (0.45-2.08)      | 4.03 (1.82-8.95) **    |
| 年齢                | 0.94 (0.89-0.99) *    | 0.93 (0.89-0.99) *    | 0.93 (0.88-0.98) *     |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.77 (0.42-1.41)      | 0.90 (0.50-1.65)      | 1.27 (0.72-2.22)       |
| 家族形態 1 (1 = 独居)   | 2.52 (1.13-5.59) *    | 0.52 (0.24-1.11)      | 1.86 (0.90-3.85)       |
| 家族形態 2 (1 = 夫婦のみ) | 1.91 (1.02-3.58) *    | 1.48 (0.79-2.75)      | 1.35 (0.75-2.43)       |
| IADL (1 = 自立)     | 10.82 (2.21-52.92) ** | 14.42 (2.98-69.84) ** | 3.71 (1.24-11.09) *    |
| 経済的な暮らし向き         | 3.45 (2.33-5.11) ***  | 2.83 (1.96-4.09) ***  | 2.14 (1.55-2.95) ***   |
| モデル $\chi^2$ (df) | 79.60 (7) ***         | 70.55 (7) ***         | 50.94 (7) ***          |
| 仲間内の活動            | 1.89 (1.08-3.29) *    | 1.64 (0.95-2.84)      | 5.33 (3.09-9.18) ***   |
| 年齢                | 0.95 (0.90-1.00)      | 0.94 (0.89-0.99) *    | 0.95 (0.90-1.00) *     |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.81 (0.44-1.49)      | 0.93 (0.51-1.71)      | 1.43 (0.79-2.60)       |
| 家族形態 1 (1 = 独居)   | 2.52 (1.12-5.66) *    | 0.49 (0.23-1.06)      | 2.04 (0.94-4.41)       |
| 家族形態 2 (1 = 夫婦のみ) | 1.86 (0.99-3.51)      | 1.42 (0.76-2.65)      | 1.40 (0.76-2.59)       |
| IADL (1 = 自立)     | 8.85 (1.74-45.14) **  | 12.34 (2.51-60.74) ** | 1.93 (0.62-6.04)       |
| 経済的な暮らし向き         | 3.19 (2.15-4.75) ***  | 2.65 (1.83-3.85) ***  | 1.81 (1.29-2.54) **    |
| モデル $\chi^2$ (df) | 82.68 (7) ***         | 73.10 (7) ***         | 76.02 (7) ***          |
| 運動                | 1.46 (0.82-2.59)      | 2.41 (1.36-4.28) **   | 3.83 (2.21-6.63) ***   |
| 年齢                | 0.95 (0.90-1.00)      | 0.94 (0.89-1.00) *    | 0.95 (0.90-1.00)       |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.73 (0.39-1.33)      | 0.82 (0.44-1.53)      | 1.00 (0.56-1.78)       |
| 家族形態 1 (1 = 独居)   | 2.44 (1.09-5.47) *    | 0.45 (0.20-0.99) *    | 1.98 (0.93-4.25)       |
| 家族形態 2 (1 = 夫婦のみ) | 1.90 (1.01-3.57) *    | 1.40 (0.74-2.64)      | 1.40 (0.77-2.56)       |
| IADL (1 = 自立)     | 9.64 (1.97-47.15) **  | 11.87 (2.50-56.44) ** | 2.54 (0.84-7.62)       |
| 経済的な暮らし向き         | 3.33 (2.25-4.95) ***  | 2.66 (1.83-3.85) ***  | 1.90 (1.37-2.62) ***   |
| モデル $\chi^2$ (df) | 79.83 (7) ***         | 79.26 (7) ***         | 60.79 (7) ***          |

注1：活動の変数は活動あり=1、活動なし=0。

注2：家族形態は三世代などの「その他世帯」を基準 (= 0) とした2つのダミー変数。

\*\*\* p&lt;.001, \*\* p&lt;.01, \* p&lt;.05

CI：信頼区間

一方で、生きがい感および日頃の活動満足度と運動とのあいだに有意な関連がみられ、活動ありの者は生きがい感および日頃の活動満足度を高める傾向を示した（表5）。

## 2) 学習活動領域の活動と心理的well-beingの関連

学習活動領域の活動と心理的well-beingの関連を検討した結果は、表6に示した。生活満足度および生きがい感と有意な関連がみられた活動はなかった。日頃の活動満足度と有意な関連がみられた活動は、学習活動領域を構成する3つの活動すべてであり、活動ありの者は日頃の活動満足度を高める傾向を示した。

表6 学習活動領域の活動と心理的well-beingの関連

|                   | 心理的well-being         |                       |                       |
|-------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
|                   | 生活満足度                 | 生きがい感                 | 日頃の活動満足度              |
|                   | オッズ比 (95%CI)          | オッズ比 (95%CI)          | オッズ比 (95%CI)          |
| 高齢者向け大学・教室        | 1.50 (0.62–3.65)      | 1.50 (0.62–3.63)      | 4.67 (1.67–13.05) **  |
| 年齢                | 0.95 (0.90–1.00)      | 0.94 (0.89–0.99) *    | 0.94 (0.90–0.99) *    |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.74 (0.40–1.36)      | 0.89 (0.49–1.64)      | 1.26 (0.72–2.20)      |
| 家族形態1 (1 = 独居)    | 2.27 (1.01–5.12) *    | 0.43 (0.20–0.95) *    | 1.69 (0.80–3.54)      |
| 家族形態2 (1 = 夫婦のみ)  | 2.09 (1.11–3.95) *    | 1.55 (0.83–2.90)      | 1.51 (0.84–2.70)      |
| IADL (1 = 自立)     | 10.87 (2.18–54.25) ** | 14.42 (2.96–70.23) ** | 2.86 (0.97–8.42)      |
| 経済的な暮らし向き         | 3.38 (2.27–5.03) ***  | 2.82 (1.94–4.09) ***  | 1.97 (1.43–2.71) ***  |
| モデル $\chi^2$ (df) | 79.57 (7) ***         | 73.83 (7) ***         | 47.89 (7) ***         |
| カルチャーセンター         | 0.98 (0.48–2.00)      | 1.49 (0.72–3.08)      | 5.35 (2.45–11.69) *** |
| 年齢                | 0.95 (0.90–1.00)      | 0.94 (0.89–0.99) *    | 0.95 (0.90–1.00)      |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.74 (0.40–1.37)      | 0.96 (0.52–1.77)      | 1.57 (0.88–2.80)      |
| 家族形態1 (1 = 独居)    | 2.40 (1.07–5.36) *    | 0.46 (0.21–0.99) *    | 1.71 (0.81–3.60)      |
| 家族形態2 (1 = 夫婦のみ)  | 1.96 (1.04–3.68) *    | 1.42 (0.76–2.65)      | 1.36 (0.75–2.47)      |
| IADL (1 = 自立)     | 11.02 (2.32–54.41) ** | 14.39 (2.92–70.88) ** | 2.88 (0.95–8.75)      |
| 経済的な暮らし向き         | 3.40 (2.28–5.06) ***  | 2.73 (1.89–3.96) ***  | 1.92 (1.39–2.65) ***  |
| モデル $\chi^2$ (df) | 77.47 (7) ***         | 71.08 (7) ***         | 56.81 (7) ***         |
| 市民講座・研修会等         | 1.29 (0.74–2.24)      | 1.38 (0.80–2.38)      | 4.90 (2.82–8.53) ***  |
| 年齢                | 0.95 (0.90–1.00)      | 0.94 (0.89–0.99) *    | 0.94 (0.89–0.99) *    |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.75 (0.41–1.36)      | 0.90 (0.49–1.64)      | 1.20 (0.67–2.14)      |
| 家族形態1 (1 = 独居)    | 2.56 (1.16–5.68) *    | 0.51 (0.24–1.09)      | 2.22 (1.03–4.79) *    |
| 家族形態2 (1 = 夫婦のみ)  | 1.99 (1.06–3.74) *    | 1.47 (0.79–2.74)      | 1.54 (0.84–2.83)      |
| IADL (1 = 自立)     | 10.45 (2.07–52.75) ** | 13.61 (2.76–67.13) ** | 2.15 (0.68–6.85)      |
| 経済的な暮らし向き         | 3.36 (2.26–4.99) ***  | 2.78 (1.92–4.02) ***  | 2.02 (1.45–2.81) ***  |
| モデル $\chi^2$ (df) | 79.32 (7) ***         | 71.89 (7) ***         | 72.22 (7) ***         |

注1：活動の変数は活動あり=1、活動なし=0。

注2：家族形態は三世代などの「その他世帯」を基準 (= 0) とした2つのダミー変数。

\*\*\* p<.001, \*\* p<.01, \* p<.05

CI：信頼区間

## 3) プロダクティブな活動領域の活動と心理的well-beingの関連

プロダクティブな活動領域の活動と心理的well-beingの関連を検討した結果は、表7に示した。生活満足度と有意な関連がみられた活動はなかった。生きがい感と有意な関連がみられた活動は、仕事、ボランティアの2つの活動であり、活動ありの者は生きがい感を高める傾向を示した。日頃の活動満足度と有意な関連がみられた活動は、ボランティア、別居親族への支援、友人・近隣への支援の3つの活動であり、活動ありの者は日頃の活動満足度を高める傾向を示した。同居家族の世話は、心理的well-beingの3指標のいずれとのあいだにおいても有意な関連がみられなかった。



表7 プロダクティブな活動領域の活動と心理的well-beingの関連

|                   | 心理的well-being         |                       |                       |
|-------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
|                   | 生活満足度                 | 生きがい感                 | 日頃の活動満足度              |
|                   | オッズ比 (95%CI)          | オッズ比 (95%CI)          | オッズ比 (95%CI)          |
| 仕事                | 0.88 (0.48–1.60)      | 2.31 (1.27–4.21) **   | 1.42 (0.82–2.44)      |
| 年齢                | 0.95 (0.89–1.00) *    | 0.95 (0.89–1.00) *    | 0.95 (0.90–1.00) *    |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.74 (0.40–1.37)      | 0.74 (0.40–1.39)      | 1.04 (0.60–1.82)      |
| 家族形態1 (1 = 独居)    | 2.52 (1.14–5.58) *    | 0.57 (0.26–1.24)      | 2.12 (1.03–4.34) *    |
| 家族形態2 (1 = 夫婦のみ)  | 2.01 (1.07–3.79) *    | 1.62 (0.86–3.04)      | 1.57 (0.88–2.79)      |
| IADL (1 = 自立)     | 10.56 (2.11–52.86) ** | 12.12 (2.51–58.49) ** | 2.88 (0.98–8.45)      |
| 経済的な暮らし向き         | 3.30 (2.24–4.88) ***  | 2.83 (1.95–4.13) ***  | 1.99 (1.46–2.73) ***  |
| モデル $\chi^2$ (df) | 74.61 (7) ***         | 76.93 (7) ***         | 36.43 (7) ***         |
| ボランティア            | 1.46 (0.76–2.78)      | 2.30 (1.17–4.49) *    | 8.46 (4.04–17.75) *** |
| 年齢                | 0.94 (0.89–1.00) *    | 0.94 (0.89–0.99) *    | 0.94 (0.89–0.99) *    |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.77 (0.42–1.40)      | 0.90 (0.49–1.65)      | 1.22 (0.68–2.21)      |
| 家族形態1 (1 = 独居)    | 2.76 (1.23–6.16) *    | 0.57 (0.26–1.22)      | 2.73 (1.28–5.82) **   |
| 家族形態2 (1 = 夫婦のみ)  | 1.95 (1.04–3.67) *    | 1.49 (0.79–2.79)      | 1.56 (0.83–2.90)      |
| IADL (1 = 自立)     | 9.98 (2.02–49.22) **  | 12.02 (2.49–58.02) ** | 2.34 (0.77–7.09)      |
| 経済的な暮らし向き         | 3.40 (2.29–5.05) ***  | 2.77 (1.91–4.01) ***  | 2.14 (1.52–3.02) ***  |
| モデル $\chi^2$ (df) | 80.05 (7) ***         | 76.72 (7) ***         | 78.22 (7) ***         |
| 同居家族の世話           | 1.00 (0.54–1.84)      | 1.01 (0.55–1.85)      | 0.95 (0.54–1.67)      |
| 年齢                | 0.94 (0.89–1.00) *    | 0.94 (0.89–0.99) *    | 0.94 (0.89–0.99) *    |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.73 (0.39–1.34)      | 0.93 (0.51–1.72)      | 1.19 (0.68–2.09)      |
| 家族形態1 (1 = 独居)    | 2.45 (1.04–5.78) *    | 0.60 (0.26–1.37)      | 1.93 (0.89–4.20)      |
| 家族形態2 (1 = 夫婦のみ)  | 2.02 (1.07–3.84) *    | 1.46 (0.78–2.73)      | 1.50 (0.84–2.68)      |
| IADL (1 = 自立)     | 10.60 (2.11–53.16) ** | 13.53 (2.78–65.87) ** | 3.01 (1.01–8.95) *    |
| 経済的な暮らし向き         | 3.43 (2.30–5.12) ***  | 2.81 (1.94–4.09) ***  | 2.11 (1.53–2.92) ***  |
| モデル $\chi^2$ (df) | 76.64 (7) ***         | 65.33 (7) ***         | 37.30 (7) ***         |
| 別居親族への支援          | 1.11 (0.62–2.00)      | 1.67 (0.93–2.98)      | 2.05 (1.19–3.52) *    |
| 年齢                | 0.95 (0.90–1.00)      | 0.95 (0.90–1.00)      | 0.95 (0.90–1.00)      |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.77 (0.42–1.42)      | 0.94 (0.51–1.72)      | 1.31 (0.75–2.30)      |
| 家族形態1 (1 = 独居)    | 2.63 (1.18–5.86) *    | 0.50 (0.23–1.09)      | 1.93 (0.93–4.00)      |
| 家族形態2 (1 = 夫婦のみ)  | 1.91 (1.00–3.65)      | 1.29 (0.68–2.44)      | 1.21 (0.67–2.19)      |
| IADL (1 = 自立)     | 10.44 (2.11–51.74) ** | 12.53 (2.59–60.69) ** | 2.63 (0.89–7.81)      |
| 経済的な暮らし向き         | 3.36 (2.27–4.99) ***  | 2.87 (1.97–4.17) ***  | 2.19 (1.58–3.03) ***  |
| モデル $\chi^2$ (df) | 77.00 (7) ***         | 71.32 (7) ***         | 45.43 (7) ***         |
| 友人・近隣への支援         | 1.25 (0.58–2.70)      | 1.47 (0.70–3.10)      | 3.82 (1.73–8.42) **   |
| 年齢                | 0.95 (0.90–1.00)      | 0.94 (0.89–0.99) *    | 0.94 (0.90–0.99) *    |
| 性別 (1 = 男性)       | 0.76 (0.42–1.40)      | 0.95 (0.52–1.74)      | 1.37 (0.78–2.41)      |
| 家族形態1 (1 = 独居)    | 2.61 (1.18–5.79) *    | 0.53 (0.25–1.14)      | 2.01 (0.96–4.19)      |
| 家族形態2 (1 = 夫婦のみ)  | 1.92 (1.02–3.61) *    | 1.46 (0.78–2.73)      | 1.42 (0.78–2.56)      |
| IADL (1 = 自立)     | 10.54 (2.14–52.01) ** | 13.69 (2.82–66.36) ** | 2.66 (0.90–7.89)      |
| 経済的な暮らし向き         | 3.37 (2.27–5.00) ***  | 2.88 (1.99–4.17) ***  | 2.27 (1.64–3.15) ***  |
| モデル $\chi^2$ (df) | 76.92 (7) ***         | 70.41 (7) ***         | 51.82 (7) ***         |

注1: 活動の変数は活動あり = 1、活動なし = 0。

注2: 家族形態は三世代などの「その他世帯」を基準 (= 0) とした2つのダミー変数。

\*\*\* p&lt;.001, \*\* p&lt;.01, \* p&lt;.05

CI: 信頼区間

#### IV 考察

活動と心理的well-beingの関連の分析結果について、以下で考察を行う。

##### 1. 社会活動領域および運動領域の活動と心理的well-beingの関連

社会活動領域の7つの活動のなかで、心理的well-beingの3指標すべてを高めていたのは、近所づきあい、町内会・自治会、地域行事の3つの活動であった。これらは、居住している地域とのかかわりが強い活動という特徴をあげることができる。地方都市の高齢女性を対象とした研究では、自治会や老人クラブ

のような居住地域において自動的に加入が期待される集団への参加は、生活満足度と関連しなかったとの指摘がある<sup>22)</sup>。本研究では、高齢者クラブについては生活満足度との関連がみられず、この指摘を支持する結果となったが、町内会・自治会については指摘と異なる結果となった。本研究の対象者には男性高齢者も含まれていることや、調査対象地域が異なることが影響した可能性がある。地域と関係を持ちながらの生活は、高齢期をよりよいかたちで過ごすための要素の1つであるため、それを実現できている者は心理的well-beingの上昇に結びつきやすい可能性も考えられる。

友人・知人と食事、仲間内の活動は、生活満足度および日頃の活動満足度の双方を高めていた。友人との関係は、概して高齢期の主観的幸福感などの指標の強い規定要因とされており<sup>23)</sup>、このことを示す結果となった。

日頃の活動満足度が高くなる（低群と高群のうち高群となる）オッズ比に関して、友人・知人との食事の活動あり群は活動なし群の16.65倍（95%CI:3.71—74.67）、仲間内の活動の活動あり群は活動なし群の5.33倍（95%CI:3.09—9.18）となっており、社会活動領域のなかで特に高かった。これらの活動は、友人や仲間という、基本的に、親しかったり気があう者とのあいだで行い、一緒に楽しい時を過ごせる活動であるため、自由になる時間に行われる活動の満足度を大きく上昇させたことが考えられる。

一方で、友人・知人と食事、仲間内の活動は、生きがい感と関連していなかった。本研究で使用した生きがい感の尺度は、「自己実現と意欲」や「存在感」の因子を有している。友人や仲間とその時々を楽しく過ごすだけでなく、それ以上に意義深さが感じられるような活動でないと、関連があらわれにくいのではないと思われる。

運動をしている者は、生きがい感と日頃の活動満足度が高かった。運動、スポーツあるいはゲームという変数が生活満足度と正の関連を示したという先行研究<sup>3,4)</sup>と同様の結果となった。高齢者の生きがいの有無の関連要因を検討した先行研究において、運動やスポーツをしている者は生きがいをもつことに関係していたことが報告されている<sup>13)</sup>。生きがいの有無と生きがい感の程度は同一ではないが、類似した結果となったといえよう。運動と生活満足度との関連はなかった。本研究で使用した生活満足度の尺度は、これまでの人生についてたずねている質問項目の割合が比較的高いために、運動をしているかどうかは関連しなかったと思われる。

心理的well-beingの3指標に関して、日頃の活動満足度は、社会活動領域および運動領域のすべての活動と正の関連を示した。日頃の活動満足度尺度は、自由になる時間に行う活動の満足度の把握を目的に作成されたものであるため、これらの活動により得られる主観的效果を把握しやすかったと思われる。生活満足度および生きがい感は、いくつかの活動と関連を示すにとどまった。双方の指標ともに、近所づきあい、町内会・自治会、地域行事という居住地域にかかわりが深い活動に関連を示していた。そのほかに、生活満足度は友人・知人と食事、仲間内の活動という友人や仲間との自由な活動と、生きがい感は運動と関連を示し、用いる指標により結果が異なることが明らかになった。双方の指標とも、得点が高いと心理的well-beingが高いことを意味するという方向性は同じであるが、尺度を構成する因子名が異なることからわかるように、測定する概念が同一ではないためといえる。

## 2. 学習活動領域の活動と心理的well-beingの関連

学習活動領域の3つの活動は、すべて日頃の活動満足度を高めていた一方で、生活満足度および生きがい感との関連はなかった。学習活動と生活満足度の関連がなかったとの知見がみられ<sup>6)</sup>、本研究も同様の結果となった。学習活動は、ほかの活動領域よりも知的な活動という性格が強いため、活動による肯定的

な影響は、生活全体や人生に関する内容をたずねる生活満足度や生きがい感の尺度では把握しづらいことが考えられる。また、本研究でたずねた学習活動の内容は、どこかで開催されているものへの参加という形式であったため、活動頻度自体が全体的に少なくなると思われる。知的な活動であることに加え、活動頻度が少ないことも、学習活動の肯定的影響がこれらの尺度により把握されることを困難にした可能性が考えられる。一方で、日頃の活動満足度は、自由になる時間に行う活動の主観的な効果の把握に焦点をあてた尺度であるため、学習活動による効果を把握していたと思われる。

### 3. プロダクティブな活動領域の活動と心理的well-beingの関連

仕事は、3つの心理的well-being指標のなかで、生きがい感のみを高めていた。これに関して、内閣府の高齢者調査の結果<sup>24)</sup>を参照すると、仕事が生きがい感を高めているという者は少なくないと思われる。生活満足度との関連に関しては、仕事の有無と関連していなかったとの報告があり<sup>6)</sup>、本研究においても同様の結果となった。

ボランティアは、生きがい感と日頃の活動満足度を高めていた。生活満足度との関連は示されなかったが、そのほかの2つの心理的well-being指標との関連がみられ、ボランティアがwell-beingを高めるという知見<sup>8)</sup>とおおむね一致したといえる。プロダクティブな活動領域のなかで、複数の心理的well-being指標と関連を示した活動は、ボランティアのみであった。また、ボランティアの活動なし群に対する活動あり群の日頃の活動満足度が高群となるオッズ比は、8.46倍（95%CI:4.04—17.75）と特に高くなっていた。このように、プロダクティブな活動領域において、ボランティアは心理的well-beingを比較的高めやすい活動であることが示唆された。この活動領域のなかでボランティアは、ほかの活動と比較して義務的な要素がなくて特に自発性が高い活動であること、自分自身が役に立っている感覚や周囲からの評価が得られることが考えられ、心理的well-beingを高めやすかったのではないと思われる。

同居家族の世話は、心理的well-beingの3指標のいずれとも関連がなかった。孫・配偶者の世話などの家事的側面を示す変数は、いずれも生活全体の満足度と関連がなかったとの報告がみられる<sup>25)</sup>。本研究においても同様の結果となった。家庭内の無償労働は終わることなく続き、周囲から評価されることもあまりないために精神的健康を低下させるとの指摘がある<sup>26)</sup>。自由になる時間に行う活動とは異なり、義務的な性格の強い同居家族の世話は、心理的well-beingを高めることにつながりにくい活動であることが考えられる。

別居親族への支援と友人・近隣への支援は、日頃の活動満足度を高めていた。友人・近隣・別居親族への支援提供がwell-beingを高める傾向にあるとの報告がある<sup>7)</sup>。本研究では、日頃の活動満足度を用いた分析のみに同様の結果が示された。

日頃の活動満足度は、仕事と同居家族の世話以外のすべての活動と関連を示していた。仕事および同居家族の世話は、自由に使える時間に行う活動ではなく、社会生活を営むうえで義務的な性格の強い活動である。日頃の活動満足度尺度は、高齢者が自由になる時間に行う社会活動などの活動の満足度の把握を目的に作成されているため、そのことが本研究の結果に反映されたといえよう。

### 4. 本研究の限界

本研究の限界に関して、第1に、本研究は、千葉県市川市の65～84歳の高齢者を対象に検討したものである。よって、本研究の結果を他の地域の高齢者に一般化することはできない。今後、他の地域において追試を行い、同様の結果が得られるかどうかを確認することが求められる。第2に、調査対象者数が

600人であったのに対し、有効回答数は329人（54.8%）、分析対象者数は309人（51.5%）であった。一般に、郵送調査の回収率はそれほど高くはならず、得られた回答は、心身の健康が比較的良好な高齢者によるものが多いことが推察される。この点は郵送調査の限界であるため、本研究の分析対象者がそのような特性であろうことを考慮して本研究の結果を解釈する必要がある。

[本調査の回答に協力していただいた市川市の皆様方に心より感謝を申し上げます。本研究は科学研究費補助金（19730367）の助成を受けて行ったものである。]

## 文献

- 1) Rowe, J. W., Kahn, R. L. Successful aging. *The Gerontologist*. 1997, 37 (4), p.433-440.
- 2) Larson, R. Thirty years of research on the subjective well-being of older Americans. *Journal of Gerontology*. 1978, 33 (1), p.109-125.
- 3) 出村慎一, 野田政弘, 南雅樹ほか. 在宅高齢者における生活満足度に関する要因. *日本公衆衛生雑誌*. 2001, 48 (5), p.356-366.
- 4) Menec, V. H. The relation between everyday activities and successful aging: A 6-year longitudinal study. *Journal of Gerontology: Social Sciences*. 2003, 58B (2), p.S74-S82.
- 5) Litwin, H. Activity, social network and well-being: An empirical examination. *Canadian Journal on Aging*. 2000, 19 (3), p.343-362.
- 6) 岡本秀明. 高齢者の社会活動と生活満足度の関連：社会活動の4側面に着目した男女別の検討. *日本公衆衛生雑誌*. 2008, 55 (6), p.388-395
- 7) Krause, N., Herzog, A. R., Baker, E. Providing support to others and well-being in later life. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*. 1992, 47 (5), p.P300-P311.
- 8) Thoits, P. A., Hewitt, L. N. Volunteer work and well-being. *Journal of Health and Social Behavior*. 2001, 42 (2), p.115-131.
- 9) Baker, L. A, Cahalin, L. P., Gerst, K. et al. Productive activities and subjective well-being among older adults: The influence of number of activities and time commitment. *Social Indicators Research*. 2005, 73, p.431-458.
- 10) McIntosh, B. R., Danigelis, N. L. Race, gender, and the relevance of productive activity for elders' affect. *Journal of Gerontology: Social Sciences*. 1995, 50B (4), p.S229-S239.
- 11) 蘇珍伊, 林曉淵, 安壽山ほか. 大都市に居住している在宅高齢者の生きがい感に関連する要因. *厚生*の指標. 2004, 51 (13), p.1-6.
- 12) 岡本秀明. 高齢者の生きがい感に関連する要因：大阪市A区在住高齢者の調査から. *和洋女子大学紀要家政系編*. 2008, 48, p.111-125.
- 13) 藤本弘一郎, 岡田克俊, 泉俊男ほか. 地域在住高齢者の生きがいを規定する要因についての研究. *厚生*の指標. 2004, 51 (4), p.24-32.
- 14) 岡本秀明. 高齢者の活動に着目した日頃の活動満足度尺度の作成. *社会福祉学*. 2009, 50 (2), p.45-55.
- 15) 古谷野亘, 柴田博, 芳賀博ほか. 生活満足度尺度の構造：因子構造の不変性. *老年社会科学*. 1990, 12, p.102-116.



- 16) 古谷野亘. QOLなどを測定するための測度（2）. 老年精神医学雑誌. 1996, 7（4）, p.431-441.
- 17) 近藤勉, 鎌田次郎. 高齢者向け生きがい感スケール（K-I式）の作成および生きがい感の定義. 社会福祉学. 2003, 43（2）, p.93-101.
- 18) 橋本修二, 青木利恵, 玉腰暁子ほか. 高齢者における社会活動状況の指標の開発. 日本公衆衛生雑誌. 1997, 44（10）, p.760-768.
- 19) 岡本秀明, 岡田進一, 白澤政和. 大都市居住高齢者の社会活動に関連する要因：身体, 心理, 社会・環境的要因から. 日本公衆衛生雑誌. 2006, 53（7）, p.504-515.
- 20) Herzog, A. R., Kahn, R. L., Morgan, J.N. et al. Age differences in productive activities. *Journal of Gerontology: Social Sciences*. 1989, 44（4）, p.S129-S138.
- 21) 岡本秀明. 高齢者のプロダクティブ・アクティビティに関連する要因：有償労働, 家庭内および家庭外無償労働の3領域における男女別の検討. 老年社会科学. 2008, 29（4）, p.526-538.
- 22) 野辺政雄. 地方都市に住む高齢女性の主観的幸福感. 理論と方法. 1999, 14（1）, p.105-123.
- 23) George, L. K. Perceived quality of life. Binstock, R. H., George, L. K., eds. *Handbook of Aging and the Social Sciences*. 6th ed. Academic Press, 2006, p.320-336.
- 24) 内閣府. 「第6回高齢者の生活と意識に関する国際比較調査結果」について(要約). [http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h17\\_kiso/pdf/youyaku.pdf](http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h17_kiso/pdf/youyaku.pdf). (参照2009-9-11).
- 25) 須貝孝一, 安村誠司, 藤田雅美ほか. 地域高齢者の生活全体に対する満足度とその関連要因. 日本公衆衛生雑誌. 1996, 43（5）, p.374-389.
- 26) Glass, J., Fujimoto, T. Housework, paid work, and depression among husbands and wives. *Journal of Health and Social Behavior*. 1994, 35（2）, p.179-191.

岡本 秀明（和洋女子大学生活科学系准教授）

（2009年9月24日受付 2009年10月14日受理）